

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"
/Борисова О.В./

МЕНЮ
20 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	6,1	18,7	150	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,6	10,6	79	0,5
Итого			355	10,1	13,7	44,7	345	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
		СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	150	4	5,9	4,9	89	2,4
		ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,2	7,7	2,3	107	0,3
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,7	3,6	28,2	156	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,8	0,3	19,3	83	0
Итого			550	15,7	17,5	61,5	462	2,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13,1	74	0
Итого			170	5,6	5,4	20,1	153	0,8
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	110	12,3	5,4	4,6	117	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			320	14,6	5,6	25,2	210	0,3
Всего				46,8	42,4	166,7	1235	7,8

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №88"(корпус 1)
_____/Борисова О.В./

МЕНЮ
20 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,1	7,2	26	194	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	20,7	157	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	11,7	84	0,5
Итого			397	12,3	16,8	58,4	435	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	250	5,3	6,8	8,2	115	4
		ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8	8,3	3	119	0,3
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	4,5	33,3	186	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,4	24,2	104	0
Итого			700	18,7	20	76,5	555	4,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,7	13,1	74	0
Итого			220	6,9	6,6	22,4	179	1
Ужин								
		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	120	13,1	6,5	4,9	131	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			360	16,2	6,7	31,5	252	0,3
Всего				55,1	50,3	209	1507	10,6